

## Gewürze / Kräuter / Backzutaten

- Steinsalz
- Vollrohrzucker
- Rohrzucker
- Kräutersalz
- klare Suppe mit Hefe
- klare Suppe ohne Hefe
- Basilikum gerebelt
- Brotgewürz
- Curry
- Chilipulver
- Ingwer
- Kardamon
- Knoblauchpulver
- Koriander
- Kräuter der Provence
- Kurkuma, gemahlen
- Kümmel ganz
- Kreuzkümmel
- Lorbeerblätter ganz
- Muskatnuss ganz
- Oregano
- Paprika edelsüß
- Paprika scharf
- Pfeffer schwarz ganz
- Pfeffer schwarz gemahlen
- Pfeffer weiß ganz
- Pfeffer weiß gemahlen
- Pizzakräuter
- Rosmarin geschnitten
- Salatgewürz
- Salz grob
- Senfsaat
- Thymian gerebelt
- Zwiebeln getrocknet
  
- dunkles und helles Soßenpulver
  
- Backhefe
- Kakao
- ▲ Tonkabohne
- Vanillepudding
- Vanillezucker
- Weinsteinbackpulver
- ▲ Xilit (Birkenzucker)
- Zimt Ceylon

## Körner / Getreide (gerne mahlen wir auch für Sie)

- Bulgur Weizen, Demeter regional
- Bulgur Dinkel, Demeter regional
- Buchweizen, Demeter regional
- Cous-Cous
- Dinkel, Demeter regional
- Einkorn
- Emmer
- Grünkern
- Hafer
- Hirse
- Polenta
- ▲ Quinoa aus Bayern
- Quinoa Gemüse (weißer Quinoa, Hirse, rote Linsen, roter Quinoa, grüne und rote Paprika, Petersilie)
- Roggen
- Weizen, Demeter regional

■ kontrolliert biologisch

▲ konventionell

## Nüsse / Ölsaat

gerne mahlen wir die Nüsse auch für Sie oder bereiten Ihnen ein frisches Nussmus zu

- Blaumohn
- Cashewkerne (fairtrade) natur / Curry / Chili&Paprika
- Chia Samen
- Erdmandel
- Erdnüsse natur (fairtrade) / geröstet & gesalzen
- Hanfsamen ganz aus Deutschland
- Haselnüsse ganz / gehackt & geröstet
- Kürbiskerne
- Leinsaat
- Mandel gehackt
- Mandeln braun
- Nusskernmischung
- Nuss-Frucht-Schoko
- Paranüsse (fairtrade)
- Pistazien gesalzen
- Sesamsaat
- Sonnenblumenkerne
- Studentenfutter
- Walnusskernbruch

## Müsli

- Amaranth gepufft
- Crunchy Apfel-Zimt
- Crunchy Erdbeer
- Crunchy Nuss
- Crunchy Schoko
- Cornflakes Vollkorn / hell / Schoko (ohne Zucker)
- Dinkelmüsli Früchte
- Dinkel gepufft (ohne Zucker)
- Müsli Basisch
- Müsli Bircher Art (ohne Zucker)
- Müsli Früchte (ohne Zucker)
- Müsli Schoko
- Müsli Tropisch
- Schoko-Crispis

## Flocken

- Buchweizenflocken
- Dinkelflocken
- Haferflocken fein
- Haferflocken grob
- Weizenkleie

## Trockenfrüchte

- Apfelringe
- Aprikosen gestückelt
- Bananenchips
- Cranberrys
- Datteln gestückelt
- Feigen gestückelt
- Kokosraspeln
- Kokoschips
- Rosinen
- Mango
- Beeren-Toping

## Hülsenfrüchte

- Bohnen weiß, klein / groß
- grüne Erbsen
- Hülsenfrüchte-Mix
- Kichererbsen
- Kidneybohnen
- "Onsre Linsa" (Du Puy)
- Linsen braun
- Linsen rot
- Sojaschnitze
- Sojagranulat

## Mehl

- ▲ Dinkel, 1kg oder 2,5kg, Type 405 oder 1050
  - ▲ Spätzlesmehl, 1kg oder 2,5 kg
  - ▲ Weizen 1kg oder 2,5kg, Type 405 oder 630
  - Kartoffelmehl (-stärke)
  - Paniermehl
  - Hartweizenvollkorn-Grieß
  - Dinkel-Grieß, Demeter regional
- Bratlinge Fertigmischung: Reis-Gemüse / Dinkel-Hafer

## Getränke

- Fenchel-Anis-Kümmel-Tee
  - Wildfrucht
  - Grüntee
  - Kamillentee
  - Pfefferminztee
  - Rooibuschtee
  - Schwarztee
  - Kräutertee
- ▲ Apfelsaft Haldenhof
- Bio-Limö
  - ▲ Most
  - ▲ Ostalbsecco
  - Wieland`s Bier
- ▲ Kaffee Honduras, fair-gehandelt (Kaffeerösterei Ziener)
- ▲ Espresso BAR (Kaffeerösterei Ziener)
- BIO Kaffee Mount Hagen, fair-gehandelt
  - Ethiopian Wild Coffee (fairtrade)

## Süß

- Bruchschokolade
- Gummibären ohne Gelatine
- Kekse verschiedene Sorten
- veredelte Kürbiskerne

## Kühlschrank

- Joghurt / Frischkäse / Quark
- frische Sahne / frische Milch
- Wurst im Glas
- ▲ Eier (freilaufende Hühner)
- Käse / Rollenfassbutter

## Reinigungsmittel zum abfüllen:

- Spülmaschinenmittel / -salz / Klarspüler / -tabs  
Haushaltsreiniger  
Spülmittel Lemon und ohne Duft  
Colorwaschmittel / Vollwaschmittel / Wollwaschmittel  
Badreiniger / Glasreiniger / WC Reiniger  
Essigessenz / Natron / Zitronensäure / Soda  
...

## Hygiene

- Menstruationstasse  
Stoffbinden für die Dame  
Bambus Zahnbürste  
Ökologische Abschminkpads  
Zahnputztabletten  
festes Deodorant / Deostick  
Oriculi, für die Ohrenpflege  
Lippenbalsam  
Toilettenpapier / Podusche  
Handseife  
festes Shampoo und Spülung  
Hautöle  
...

## verschiedene Literatur

- kontrolliert biologisch
- ▲ konventionell

## Reis

- Basmatireis natur
- Basmatireis weiß
- Jasminreis
- Milchreis
- Reismischung (Langkorn, Rot, Natur)
- Risotto
- Steinpilzrisotto, vegan (Rundreis, Zwiebeln, Steinpilze, Karotten, Zucchini, Petersilie, Lauch)
- Indischer Reis, vegan und fairtrade (Basmati, Linsen, Cashewnüsse, Berberitzen, Rosinen, Karotten, Curry, Sesam, Salz)
- Orientalischer Reis, vegan und fairtrade (Jasminreis, Karotte, Zwiebeln, Gemüsebrühe, Pistazien, Berberitzen, Rosinen, Curry, Knoblauch, Salz, Koriander, Kreuzkümmel, Safran)

## Nudeln

- Dinkelpenne
- Hörnchen
- Lasagneplatten
- Pasta bunt
- Penne
- Spaghetti
- Spaghetti Dinkel
- Spätzle (mit Ei)
- Suppennudeln
- Tagliatelle
- „glutenfreie“ Penne

## Honig / Marmelade

- Honig DEMETER, verschiedene Sorten

## Obst / Gemüse

- je nach Saison, Bio, Bioland oder Demeter

## Öl / Essig

- Balsamico Apfel
- Apfelessig, Bio oder Demeter
- Kräuteressig
- Weissweinessig
- Olivenöl in der 0,5L Flasche
- Rapsöl
- Sonnenblumenöl

## Backwaren

- ▲ verschiedene Brotsorten aus dem Holzbackofen  
- Freitags und Samstags\* ab 9 Uhr: Bauernbrot,  
Dinkel- Roggen-Laible, Salzkuchen und Hefezopf  
(\*Samstags nur auf Vorbestellung!)

## Seifen

- verschiedene Naturseifen mit und ohne Duft:  
Olivenölseife, Kräuterseife, Milchseifen, Männerseife...  
Haarseife mit und ohne Duft

## Behälter

- Gläser in versch. Variationen  
eco Boxen aus Edelstahl  
Bienenwachstücher  
Dosen in versch. Variationen  
Naturtaschen in versch. Größen  
Coffee to go Becher

## Sonstiges

- Kochlöffel / Pfannenwender
- Holzbretter
- Gemüsebürste
- Nagelbürste
- Badebürste
- Sonnenglas
- Ökologische Spülschwämme
- Flaschenbürsten



DE-ÖKO-007